

Kreasi Senam Psikomotor pada Siswa Sekolah Dasar Bernuansa Lagu Daerah

Para Dita Jannah¹, Ugi Nugraha², Ahmad Muzaffar³

Pendidikan Olahraga dan Kesehatan, FKIP, Universitas Jambi, Indonesia¹²³

Correspondence author : jannahparadita@gmail.com

ABSTRAK

Tujuan penelitian ini adalah untuk menghasilkan suatu produk berupa kreasi senam psikomotor pada siswa sekolah dasar bernuansa lagu daerah yang tertuang dalam bentuk video. Jenis penelitian ini termasuk penelitian pengembangan karena tujuannya adalah untuk menghasilkan suatu produk, penelitian ini di uji cobakan pada siswa Sekolah Dasar Negeri 76/IX Mendalo Darat. Untuk proses penciptaan kreasi senam yang divalidasi oleh 3 ahli materi senam. Masing-masing ahli materi dilakukan proses validasi sebanyak dua kali dan 1 kali uji coba lapangan. Berdasarkan hasil validasi ahli materi tahap I diperoleh hasil yaitu ahli materi I tahap I 86% (sangat baik), ahli materi II tahap I 76% (baik), ahli materi III tahap I 72% (baik). Untuk hasil validasi ahli materi tahap II diperoleh hasil yaitu ahli materi I tahap II 96% (sangat baik), ahli materi II tahap II 90% (sangat baik), ahli materi III tahap II 82% (sangat baik). Berdasarkan wawancara pada subjek uji coba dapat disimpulkan bahwa Produk Kreasi Senam Psikomotor Pada Siswa Sekolah Dasar Bernuansa Lagu Daerah gerakannya mudah diikuti, pemilihan lagu tepat sehingga senam disukai oleh siswa-siswa dan gerakan yang dilakukan dapat diikuti. Kesimpulan penelitian ini yaitu Produk Kreasi Senam Psikomotor Pada Siswa Sekolah Dasar Bernuansa Lagu Daerah layak digunakan untuk siswa sekolah dasar untuk memicu psikomotor siswa dikarenakan gerakannya mudah diikuti oleh siswa sekolah dasar

Kata kunci: Kreasi, Senam, Psikomotor, siswa, lagu daerah.

Psychomotor Gymnastics Creations For Elementary School Students Regional Song

ABSTRACT

The purpose of this study is to produce a product in the form of psychomotor gymnastics creations in elementary school students nuanced regional songs contained in the form of videos. This type of research includes development research because the goal is to produce a product, this research was tested on students of Mendalo Darat Public Elementary School 76/IX. For the process of creating gymnastics creations validated by 3 gymnastics material experts. Each material expert conducted a validation process twice and 1 field trial. Based on the results of validation of stage I material experts obtained results, namely material experts I stage I 86% (excellent), material experts II stage I 76% (good), material experts III stage I 72% (good). For the results of validation of material experts phase II obtained results, namely material experts I stage II 96% (excellent), material experts II stage II 90% (very good), material experts III phase II 82% (very good). Based on interviews on the subject of the trial, it can be concluded that psychomotor gymnastics creation products in elementary school students nuanced regional songs are easy to follow, the selection of songs is right so that gymnastics is preferred by students and the movements carried out can be followed.

The conclusion of this study is that psychomotor gymnastics creation products in elementary school students nuanced regional songs are suitable for elementary school students to trigger psychomotor students because the movement is easily followed by elementary school students.

Keywords: *Creation, Gymnastics, Psychomotor, student, regional song.*

PENDAHULUAN

Olahraga merupakan bagian dari aktivitas sehari-hari manusia yang berguna untuk membentuk jasmani dan rohani yang sehat. Di zaman yang sudah maju ini, aktivitas olahraga semakin menjadi kebutuhan bagi semua kalangan masyarakat. Hal ini terlihat pada maraknya olahraga yang dilakukan mulai dari lari pagi sampai dengan kebutuhan prestasi. Cabang dalam olahraga bermacam-macam meliputi atletik (lari, lompat, dan lempar), permainan (sepak bola, bola voli, bulu tangkis, sepak takraw dan sebagainya), *gymnastic* (senam), *aquatic* (renang), dan bela diri (karate, pencak silat, taekwondo, dan sebagainya).

Olahraga menurut Barlian (2013:41) adalah sesuatu yang bisa dinikmati oleh semua orang di dunia, tanpa membedakan stratifikasi ekonomi dan sosial. Tujuan utama olahraga dapat membuat tubuh menjadi bugar dan dapat melakukan aktivitas sehari-hari tanpa ada rasa lelah. Tujuan olahraga dapat dibedakan menjadi empat yaitu olahraga rekreasi, olahraga prestasi dan olahraga pendidikan.

Pendidikan yang mengacu kepada olahraga merupakan suatu hal yang perlu dikembangkan dalam masyarakat. Ini berkaitan erat dengan prestasi bagi kalangan menengah kebawah. Olahraga dimasyarakatkan tidak hanya untuk kepentingan pendidikan, rekreasi dan kesegaran jasmani, tetapi juga sebagai ajang prestasi. Hal serupa juga dijelaskan dalam undang-undang RI nomor 3 tahun 2015 tentang sistem keolahragaan nasional, pada BAB II pasal 4 dijelaskan sebagai berikut “keolahragaan nasional bertujuan memelihara dan meningkatkan kesehatan dan kebugaran, prestasi, kualitas manusia, sportivitas, disiplin, mempererat dan membina persatuan dan kesatuan bangsa, memperkuat ketahanan nasional, serta mengangkat harkat, martabat dan kehormatan bangsa” (undang-undang RI, 2005: 3).

Menurut Widowati dkk (2018: 8) senam merupakan aktivitas fisik yang dapat membantu mengoptimalkan perkembangan siswa. Gerakan-gerakan senam sangat sesuai untuk mendapatkan penekanan di dalam program pendidikan jasmani, terutama karena tuntutan fisik yang dipersyaratkannya, seperti kekuatan dan daya tahan otot dari seluruh bagian tubuh. Selain itu, senam juga menyumbang besar pada perkembangan gerak dasar fundamental yang penting bagi aktivitas fisik cabang olahraga lain, terutama dalam hal bagaimana mengatur tubuh secara efektif dan efisien. Dalam hal ini gerakan senam harus mempunyai ciri yang tercipta melalui gerakan yang disebut senam kreasi.

Senam kreasi merupakan gerakan yang dilakukan untuk menyalurkan rasa seni atau rasa keindahan dengan diiringi irama musik atau latihan bebas yang dilakukan secara berirama. Senam kreasi juga tidak menggunakan gerakan yang baku dan juga tidak harus dengan hitungan satu kali delapan, pada dasarnya senam kreasi dibuat dengan serelaks mungkin. Senam kreasi juga dapat diciptakan atau dikembangkan oleh siapa saja dan dimana saja melalui rangsangan gerakan psikomotor.

Psikomotor adalah bentuk keterampilan yang berkaitan dengan hubungan kinerja otot dan fisik. Motorik kasar sangat penting bagi siswa dalam membantunya untuk berpindah tempat, mengangkat, meloncat, berlari dan mendorong dimana gerakan-gerakan ini merupakan kebutuhan siswa dalam melindungi, mempertahankan dan

menciptakan sesuatu yang inovasi dan beraktifitas saat di dalam rumah maupun saat bermain di luar rumah.

Menurut Zubaidah (2017) peningkatan kualitas SDM jalur pendidikan seharusnya tidak hanya berfokus pada pengetahuan, sikap, dan kemampuan tetapi juga harus berfokus kepada aspek keterampilan. Keterampilan-keterampilan penting di abad ke-21 harus relevan dengan empat pilar kehidupan yang mencakup *learning to know, learning to do, learning to be dan learning to live together*. Siti Zubaidah melanjutkan bahwa empat prinsip tersebut masing-masing mengandung 18 keterampilan khusus yang perlu diberdayakan dalam kegiatan belajar, seperti keterampilan berpikir, pemecahan masalah, metakognisi, keterampilan berkomunikasi, berkolaborasi, inovasi dan kreasi, literasi informasi, dan berbagai keterampilan kreativitas.

Kreativitas merupakan hasil dari proses berpikir kreatif. Santrock (2011: 310) berpendapat bahwa berpikir kreatif melibatkan diri dalam proses yang sama yang digunakan dalam bentuk berpikir lain yang meliputi penalaran, asosiasi, dan pengungkapan kembali. Proses dalam hal ini adalah menerima, mengingat, memberi analisa kritik, dan menggunakan hasilnya dalam pemecahan masalah. Sejalan dengan Santrock, Moeller, Cutler & Fiedler (2013: 58) mendefinisikan kreatif sebagai kemampuan untuk memikirkan sesuatu dengan cara-cara yang baru dan tidak biasa dan melahirkan suatu solusi yang unik terhadap masalah-masalah. Berpikir kreatif termasuk brainstorming, menciptakan ide-ide baru dan berharga, menguraikan, menyempurnakan, menganalisis, dan mengevaluasi (Mardiyana & Sejati : 2016).

Sedangkan faktanya, tantangan yang dihadapi menunjukkan bahwa ada kebutuhan tingkat inovasi yang tinggi untuk meningkatkan kualitas hidup di masyarakat (Stein & Harper, 2012). Karena menciptakan ide-ide baru, serta menganalisis dan menerapkannya, adalah proses 20 utama yang terlibat dalam inovasi stimulasi kreativitas dan pemikiran kognitif dalam konteks pendidikan tetap sangat penting. Hasil dari studi yang dilakukan oleh Organization of Educational and Economic Development (OECD, 2009) dan United Nations Educational, Scientific and Cultural Organization (UNESCO, 2016), di berbagai negara, telah menekankan bahwa kreativitas, pemikiran kognitif, pemecahan masalah, dan pengambilan keputusan dapat dianggap sebagai kompetensi utama yang harus dikembangkan oleh sistem pendidikan (Solange.M.Wechslera, at.al, 2018).

Menurut Richey dan Klein (2007:25) penelitian pengembangan dan pendesainan adalah sebuah proses penelitian yang sistematis terhadap desain, pengembangan, dan evaluasi yang bertujuan menetapkan basis empiris untuk pembuatan produk dan alat pembelajaran maupun non-pembelajaran dan model baru atau yang disempurnakan yang mengatur pengembangan model-model tersebut.

Menurut Anik Gufron (2007:2) penelitian pengembangan adalah model yang dipakai untuk meningkatkan mutu pendidikan dan pembelajaran yang mampu mengembangkan berbagai produk pembelajaran. Menurut Sukmadinata (2011:60) mendefinisikan penelitian dan pengembangan merupakan pendekatan penelitian untuk menghasilkan produk baru atau menyempurnakan produk yang telah ada.

Menurut Borg dan Gall (2013:96) penelitian pengembangan adalah suatu desain penelitian yang bertujuan untuk mengembangkan dan memvalidasi produk pendidikan. Penggunaan produk pendidikan menurut mereka bukan saja terbatas pada pengembangan bahan ajar, misalnya buku teks, film-film pembelajaran, misalnya metode dan pengorganisasian pembelajaran. Bahkan menurut penulis, produk pembelajaran yang dikembangkan juga bisa berupa perencanaan pembelajaran

(kurikulum dan silabus), tetapi bisa berupa instrumen asesmen dan lain sebagainya. Tahapan-tahapan dari proses penelitian pengembangan ini biasanya mengacu pada apa yang disebut dengan R&D cycle.

Model bisa menjadi sarana untuk menterjemahkan teori ke dalam dunia kongkret untuk aplikasi ke dalam praktik. Bisa juga model menjadi sarana memformulasikan teori berdasarkan temuan praktik. Model merupakan salah satu alat bantu untuk teorisasi. Arti teorisasi adalah proses empirik dan rasional yang menggunakan bermacam alat, seperti prosedur penelitian, model, logika, dan alasan. Tujuannya adalah memberikan penjelasan penuh mengapa suatu peristiwa terjadi sehingga bisa memandu untuk memprediksi hasil.

Menurut Suparman (2012) model adalah suatu representasi realitas yang menggambarkan struktur dan tatanan dari suatu konsep serta menampilkan salah satu bentuk dari 4 bentuk sebagai berikut: deskripsi verbal atau konseptual, langkah-langkah kegiatan atau prosedur, replika fisik atau visual, persamaan atau rumus.

Model Hannafin dan Peck adalah model desain pembelajaran yang terdiri dari tiga fase yaitu fase analisis kebutuhan, fase desain, dan fase pengembangan dan implementasi serta setiap tahap selalu melewati tahapan evaluasi dan revisi Michael & Kyle (1998:60). Model ini adalah model desain pembelajaran berorientasi produk. Model ini menekankan pada proses evaluasi dan revisi yang mengikutsertakan proses-proses pengujian dan penilaian media dengan melibatkan ketiga fase secara berkesinambungan. Dua jenis evaluasi yang dimaksud yaitu evaluasi formatif dan evaluasi sumatif. Evaluasi formatif adalah evaluasi yang dilakukan sepanjang proses pengembangan media, sedangkan evaluasi sumatif dilakukan setelah media telah selesai dikembangkan.

Konsep pengembangan model yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan model pengembangan *Hannafin and Peck*. Menurut Hannafin dan Peck (Afandi dan Badarudin, 2011: 26) ada tiga langkah dalam penelitian dan pengembangan yaitu *Need Assessment* (Fase Analisis Kebutuhan), *Design* (Fase Desain), dan *Develop/Implement* (Fase Pengembangan dan Implementasi). Dalam model ini disetiap fase akan dilakukan penilaian dan pengulangan.

Menurut Soejoedi (1978: 13) senam adalah aktivitas fisik yang dilakukan baik sebagai cabang olahraga tersendiri maupun sebagai latihan untuk cabang olahraga lainnya. Berbeda dengan cabang olahraga lainnya umumnya yang mengukur hasil aktivitasnya pada objek tertentu, senam mengacu pada bentuk gerak yang dikerjakan dengan kombinasi terpadu dan menjelma dari setiap bagian anggota tubuh dari komponen-komponen kemampuan motorik seperti: kekuatan, kecepatan, keseimbangan, kelentukan, agilitas dan ketepatan. Dengan koordinasi yang sesuai dan tata urutan gerak yang selaras akan terbentuk rangkaian gerak artistik yang menarik.

Senam menurut Irama Hidayat di dalam Agus Mahendra (2000: 1-2) senam adalah suatu latihan tubuh yang dipilih dan dikonstruksi dengan sengaja, dilakukan secara sadar dan terencana, disusun secara sistematis dengan tujuan meningkatkan kesegaran jasmani, mengembangkan keterampilan dan nilai-nilai mental spiritual. Menurut Newton C. Loken dan Robert J Willoughby (1986: 14-16) senam merupakan gerakan membangun kekuatan dan tenaga, mengembangkan otot-otot pundak, lengan, dada serta perut.

Menurut Widowati dan Rasyono (2018:11) senam adalah salah satu cabang olahraga yang merupakan suatu latihan tubuh yang terpilih dan dikonstruksi secara sengaja, sadar dan terencana tersusun sistematis dengan tujuan meningkatkan kesegaran

jasmani, mengembangkan keterampilan dan menanamkan nilai-nilai mental yang terkandung dalam olahraga. Gerakan-gerakan senam sangat sesuai untuk mendapat penekanan didalam program pendidikan jasmani, terutama karena ketentuan fisik yang dipersyaratkannya, seperti kekuatan dan daya tahan otot dari seluruh bagian tubuh. Selain itu, senam juga menyumbang besar pada perkembangan gerak dasar fundamental yang penting bagi aktivitas fisik cabang olahraga lain, terutama dalam hal bagaimana mengatur tubuh secara efektif dan efisien.

Senam kreasi dalam bahasa Yunani berarti mengalir. Sifat dari irama tidak terputus-putus, tetapi menjadi suatu gerakan yang mengalir terus dan merupakan keseluruhan yang tidak terputus-utus. Senam kreasi adalah suatu keadaan gerak, bunyi yang teratur, dan tetap antaranya (Sujiono 2005: 94) pendapat ini diperkuat oleh Wuryati (1985: 25) menyatakan senam kreasi adalah suatu gerakan yang mengalir terus, merupakan keseluruhan gerak yang tidak terputus-utus, menciptakan gelombang gerak yang teratur dan serasi sesuai ketukan musik.

Senam kreasi adalah senam ciptaan seseorang dengan teknik estetis pilihannya sendiri, tidak terkait pada pembakuan meskipun tidak meninggalkan ciri khas estetis sebuah senam. Senam irama juga dapat diartikan sebagai salah satu senam yang dilakukan dengan mengikuti irama musik atau nyanyian yang kemudian terbentuk suatu koordinasi gerak antara gerakan anggota badan dengan alunan irama. Senam irama termasuk kedalam jenis olahraga senam umum, karena memiliki ciri-ciri mudah untuk diikuti, tidak membutuhkan biaya yang mahal, melibatkan banyak peserta, dan bermanfaat bagi kesehatan tubuh (Ahmad, 2007: 24).

Menurut Setyowati (2007:9) senam kreasi adalah senam ciptaan seseorang dengan teknik estetis pilihannya sendiri, tidak terikat pada pembakuan estetis tertentu, meskipun tidak meninggalkan ciri khas estetis sebuah senam. Arisandy (2008: 8) mengemukakan bahwa senam irama adalah senam yang mengutamakan kesamaan gerak, bisa diiringi musik atau lagu, hitungan bahkan ketukan. Menurut Widowati dkk (2018:9) ciri-ciri senam yaitu:

- 1) Gerakan-gerakannya selalu dibuat atau diciptakan dengan sengaja,
- 2) Gerakan-gerakannya harus selalu berguna untuk mencapai tujuan tertentu (meningkatkan kelentukan, memperbaiki sikap dan gerak, meningkatkan kesehatan tubuh), dan
- 3) Gerakannya harus selalu tersusun dan sistematis.

Ranah psikomotor mencakup kemampuan yang berupa keterampilan fisik (motorik) yang terdiri dari gerakan refleks, keterampilan gerakan dasar, kemampuan perseptual, ketepatan, keterampilan kompleks, serta ekspresif dan interperatif. Menurut Martinis Yamin kawasan psikomotor adalah kawasan yang berorientasi kepada keterampilan motorik yang berhubungan dengan anggota tubuh, atau tindakan *action* yang memerlukan koordinasi antara syaraf dan otot.

Lokomotor adalah keterampilan berpindah tempat. Gerak lokomotor memiliki beberapa manfaat, yaitu melatih kesadaran tubuh sendiri, melatih konsep arah, melatih kelincahan dan ketangkasan, melatih kekuatan dan keseimbangan tubuh, dan mengembangkan kemampuan mengenali ruang.

Non lokomotor adalah keterampilan yang memanfaatkan ruas-ruas tubuh sebagai porosnya, dan karenanya tidak menyebabkan tubuh tidak berpindah tempat. Gerak lokomotor memiliki beberapa manfaat, yaitu mengembangkan kesadaran tentang suatu keberadaan tubuh di dalam ruang, melatih kecepatan dan ketepatan melangkah, dan melatih keseimbangan.

Gerak manipulatif adalah gerakan yang mengandalkan kemampuan anggota tubuh seperti tangan, kaki, kepala, lutut, paha maupun dada untuk memanipulasi objek luar seperti bola dan benda lainnya. Gerak manipulatif memiliki beberapa manfaat, yaitu membantu memperbaiki postur tubuh, meningkatkan kesadaran gerak, meningkatkan keterampilan gerak, meningkatkan kehalusan gerak, dan meningkatkan kemampuan koordinasi saraf.

Menurut Ali (2010: 75) lagu daerah merupakan lagu yang berasal dari suatu daerah tertentu dan menjadi populer karena dinyanyikan baik oleh rakyat daerah tersebut maupun rakyat lainnya. Lagu daerah sendiri sangat sederhana dengan menggunakan bahasa daerah atau bahasa setempat. Tema yang diangkat dalam lagu daerah biasanya bertemakan kehidupan sehari-hari, hal ini supaya mudah untuk dipahami dan diterima dalam berbagai kegiatan rakyat, biasanya pencipta lagu daerah sendiri tidak diketahui lagi alias anonim.

Lagu daerah merupakan salah satu wujud karya seni yang menjadi bagian kebudayaan yang dikenal oleh masyarakat (Candra, 2012:2). Kemudian Subagyo (2010: 4) mengatakan bahwa lagu daerah merupakan kekayaan budaya yang dimiliki oleh suatu daerah setempat. Subagyo juga menjelaskan bahwa lagu daerah berisi mengenai tingkah laku, dan segala kehidupan masyarakat setempat secara umum, lirik dari lagu daerah menggunakan bahasa daerah yang sulit dimengerti oleh daerah lain yang memiliki bahasa yang berbeda. Bentuk pola iramanya pun sangat sederhana sehingga mudah dibawakan kembali oleh siapa saja, baik masyarakat setempat maupun masyarakat dari daerah lain. Dikarenakan lagu daerah adalah lagu yang berasal dari daerah setempat, maka teknik pengucapannya pun menggunakan dialek daerah setempat.

1. Lagu Injit-injit Semut

Injit-injit semut adalah lagu daerah Indonesia berasal dari Sumatra Timur karena lagu ini dipopulerkan di daerah pesisir timur Pulau Sumatra dan kemudian lagu ini populer sebagai lagu daerah Jambi. Lagu injit-injit semut diciptakan oleh Rinto Harahap seorang yang lahir di Sumatra Utara merupakan seorang produser pencipta lagu yang terkenal di tahun 1970-an.

Alasan menggunakan lagu Injit-injit semut karena lagu daerah ini sudah tidak asing lagi di telinga siswa-siswa, umumnya lagu ini digunakan untuk bermain permainan cubit-cubitan, setelah saya melakukan survei di Kelas I Sekolah Dasar Negeri 76/IX Mendalo Darat pada kelas satu, siswa-siswa tersebut berantusias ingin dibuatkan senam dengan lagu Injit-injit semut. Dengan latar belakang tersebutlah saya ingin menciptakan gerakan senam kreasi psikomotor menggunakan lagu Injit-injit semut dengan durasi kurang lebih 4 menit.

2. Lagu Daerah Siswa Kambing Saya

Siswa Kambing saya adalah sebuah lagu daerah yang berasal dari Nusa Tenggara Timur, Indonesia. Lagu ini diciptakan oleh Ibu Sud, Ibu Sud adalah pencipta lagu siswa-siswa yang sangat terkenal di Indonesia. Meskipun asalnya dari Indonesia, lagu ini dikenal luas oleh masyarakat Malaysia dan Singapura. Dikenalnya lagi ini secara luas terjadi berkat iramanya yang menyenangkan yang menarik hati para guru Taman Kanak-Kanak ataupun Sekolah Dasar untuk mengajarkannya kepada murid-muridnya. Dengan adanya penelitian ini ingin menciptakan sebuah senam kreasi psikomotor dengan lagu siswa kambing saya dengan durasi kurang lebih tiga menit agar ada sesuatu yang berbeda selain hanya bisa mendengar lagunya, bisa juga melakukan senam dengan lagu yang sama yang bermanfaat untuk melatih motorik kasar pada siswa sekolah dasar.

3. Lagu Daerah Rasa Sayange

Lagu Rasa sayange atau Rasa sayang-sayange adalah lagu berbahasa asli Maluku yang diciptakan oleh Paulus Pea. Lagu ini merupakan lagu siswa-siswa yang selalu dinyanyikan secara turun-temurun sejak dahulu oleh masyarakat Maluku untuk mengungkapkan rasa sayang mereka terhadap lingkungan dan sosialisasi di antara masyarakat. Pada lagu ini tersirat hubungan sosial antara rasa saling menyayangi yang terjadi dalam lingkungan sekitar. Dalam lagu ini juga terkandung nasihat jika kita harus saling menyayangi sesama termasuk orang-orang yang ada disekitar kita. Seperti keluarga, tetangga, teman dan lain sebagainya.

4. Lagu Daerah Naik-naik Ke Puncak Gunung

Lagu naik-naik ke Puncak gunung merupakan lagu daerah yang ciptaan Saridjah Niung atau Ibu Sud. Lagu ini lebih dikenal sebagai lagu siswa-siswa. Lagu ini menceritakan tentang keindahan naik gunung, terutama gunung yang dikelilingi banyak pohon cemara. Sebuah keindahan alam yang masih alami dan memanjakan mata yang harus tetap dilestarikan.

Menurut Satrianingsih (2006: 7) nada merupakan suara beraturan yang memiliki frekuensi tunggal tertentu. Dalam teori musik, setiap nada memiliki tinggi nada atau tala tertentu menurut frekuensinya ataupun jarak relatif tinggi nada tersebut terhadap tinggi nada patokan. Perbedaan tala antara dua nada disebut sebagai interval. Nada dapat diatur dalam tangga nada yang berbeda.

METODE

Penelitian tentang kreasi senam psikomotor pada siswa sekolah dasar bernuansa lagu daerah Darat menggunakan pendekatan penelitian *Research And Development* (R&D). Pemilihan model Hannafin dan Peck didasarkan atas pertimbangan bahwa model ini berorientasi produk pembelajaran yang penyajiannya dilakukan secara sederhana, sehingga tidak memerlukan waktu lama, mulai dari analisis kebutuhan, desain atau perancangan, pengembangan dan implementasi. Penelitian ini menciptakan suatu produk senam kreasi psikomotor pada siswa sekolah dasar bernuansa lagu daerah yang ditunjukkan pada siswa sekolah dasar.

Menurut Afandi dan Badarudin (2011: 22) model penelitian Hannafin dan peck merupakan salah satu dari banyak model desain pembelajaran yang berorientasi prodek. Model berorientasi produk adalah model desain pembelajaran untuk menghasilkan suatu produk. Analisis data ini diperoleh dari hasil deskriptif melalui wawancara kepada siswa Sekolah Dasar Negeri 76/IX Mendalo Darat dan saran-saran para ahli sebagai pertimbangan dalam merevisi senam kreasi senam psikomotor pada siswa sekolah dasar.

Dalam penelitian pengembangan ini, jenis data yang diambil yaitu data kualitatif dan data deskriptif. Data kualitatif diperoleh dari dari tim validasi yaitu tim ahli materi berupa isian angket berupa saran dalam perbaikan senam kreasi psikomotor bernuansa lagu daerah yang dihasilkan dandata deskriptif diperoleh dari hasil wawancara pada siswa kelas I dan guru olahraga Sekolah Dasar Negeri 76/IX Mendalo Darat.

Teknik pengumpulan data untuk ahli materi menggunakan instrumen penilaian berupa angket. Sugiyono (2013:199) menjelaskan angket merupakan teknik pengumpulan data dengan memberikan seperangkat pertanyaan tertulis. Instrumen penelitian angket diisi oleh ahli materi, sebagai penilaian kelayakan gerakan kreasi senam psikomotor bernuansa lagu daerah yang telah peneliti ciptakan. Angket untuk ahli materi digunakan sebagai pedoman dalam perbaikan dan penyempurnaan

produk. Alternatif jawaban menggunakan skala *likert*. Sugiyono (2015: 134) menjelaskan skala *likert* digunakan untuk mengukur sikap, pendapat dan persepsi seseorang atau sekelompok orang tentang fenomena sosial yang diberikan dengan lima alternatif jawaban, yaitu sangat baik, baik, cukup baik, kurang baik, dan sangat kurang baik.

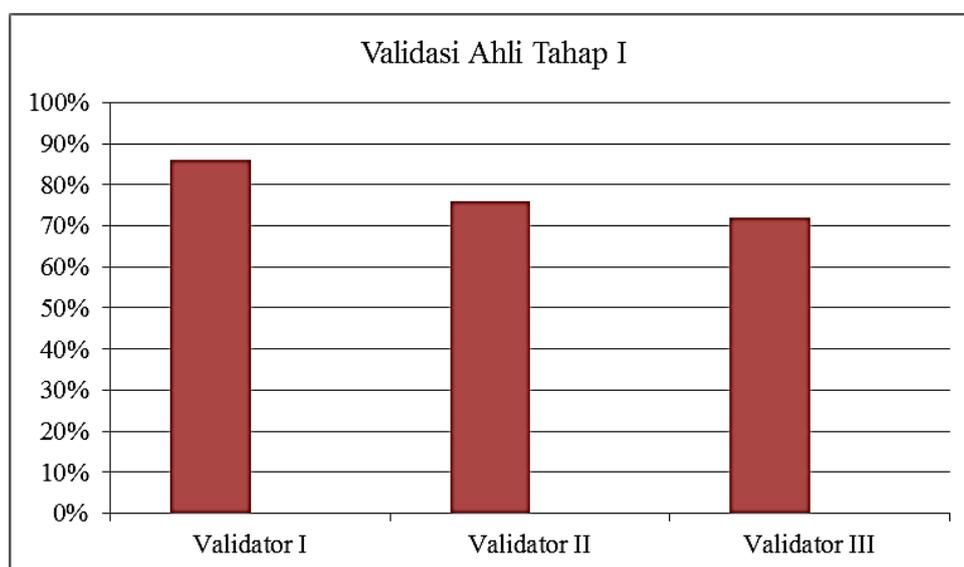
HASIL DAN PEMBAHASAN

Produk “Kreasi Senam Psikomotor Pada Siswa Sekolah Dasar Bernuansa Lagu Daerah” divalidasi dalam bidangnya yaitu ahli materi yang berjumlah tiga orang dalam bidangnya dan tanya jawab kepada responden. Kreasi senam psikomotor pada siswa sekolah dasar bernuansa lagu daerah dikategorikan sangat baik untuk digunakan. Saran dan masukan yang diberikan oleh validasi materi terkait produk kreasi senam psikomotor pada siswa sekolah dasar bernuansa lagu kartun adalah penambahan gerakan-gerakan non lokomotor pada lagu ke tiga yaitu lagu *rasa sayange*.

Validasi ahli materi bertujuan untuk mengetahui mutu kelayakan isi, kelayakan dan penyajian dari produk yang dikembangkan. Lembar validasi tersebut diisi oleh tiga ahli materi melalui dua tahap. Hasil validasi tahap 1 yang telah diisi oleh ahli materi disajikan pada tabel 1 berikut:

Tabel. 1 Validasi Ahli Materi Tahap 1

No	Validator	Persentase	Kategori
1	1	86%	Sangat Baik
2	2	76%	Baik
3	3	72%	Baik

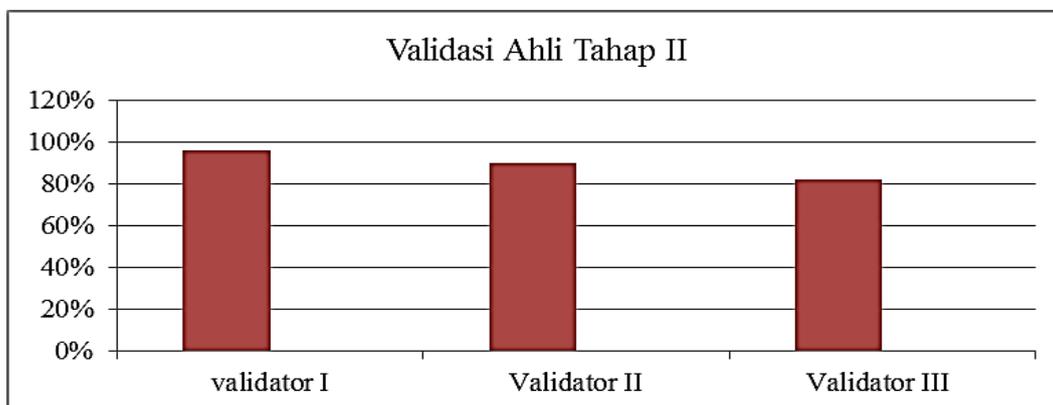


Gambar 1. Grafik validasi tahap I

Berdasarkan tabel dan diagram diatas dapat di simpulkan bahwa produk kreasi senam psikomotor pada siswa sekolah dasar bernuansa lagu daerah mendapatkan kategori baik, yaitu sudah layak digunakan untuk uji coba lapangan namun ada beberapa yang harus direvisi, yaitu penambahan gerakan non lokomotor pada lagu *rasa sayange*. Setelah melakukan perbaikan maka peneliti melakukan uji validasi tahap 2.

Tabel 2 Validasi Ahli Materi Tahap 2

No	Validator	Persentase	Kategori
1	1	96%	Sangat Baik
2	2	90%	Sangat Baik
3	3	82%	Sangat Baik



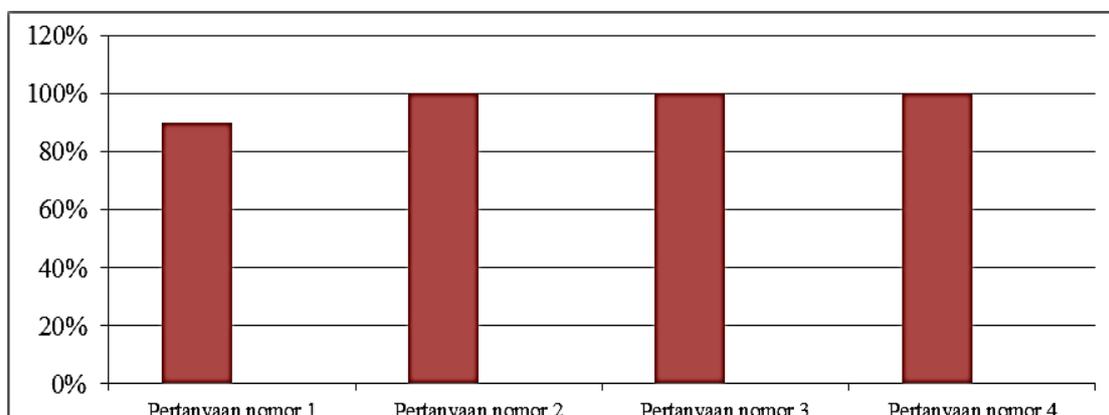
Gambar 2. Grafik Validasi Tahap II

Berdasarkan tabel dan diagram diatas dapat di simpulkan bahwa produk kreasi senam psikomotor pada siswa sekolah dasar bernuansa lagu daerah mendapatkan kategori sangat baik , yaitu sudah layak digunakan untuk uji coba lapangan tanpa ada revisi.

Uji coba pada kreasi senam psikomotor pada siswa sekolah dasar bernuansa lagu daerah ini dilakukan pada siswa kelas 1 Sekolah Dasar Negeri 76/ IX Mendalo Darat sebanyak 15 orang dan sebelum dilakukannya senam bersama peneliti terlebih dahulu memberitahu gerakan-gerakan yang akan dilakukan kepada siswa agar siswa dapat melakukan senam dengan mudah dan bahagia.

Tabel 3. Hasil Uji Coba

No	Pertanyaan	Persentase	Kategori
1.	Apakah Gerakan Senam Bisa Diikuti?	90%	Sangat Baik
2.	Apakah Lagu Disukai Oleh Siswa-Siswa?	100%	Sangat Baik
3.	Apakah Senam Yang Dilakukan Asik?	100%	Sangat Baik
4.	Apakah Siswa-Siswa Ingin Melakukan Senamnya Lagi?	100%	Sangat Baik



Gambar 3. Grafik hasil uji coba

Berdasarkan tabel dan diagram diatas dapat disimpulkan bahwa siswa dapat melakukan gerakan senam dengan mudah yaitu dengan persentase 90%, semua siswa menyukai lagu yang digunakan yaitu lagu injit-injit semut, siswa kambing saya, rasa sayange dan naik-naik ke puncak gunung, seluruh subjek uji coba asik saat melakukan senam dan ingin melakukan kreasi senam psikomotor pada siswa sekolah dasar bernuansa lagu daerah lagi.

Model pengembangan yang digunakan dalam penelitian ini yaitu model Hannafin dan Peck, dengan hasil setiap fase sebagai berikut:

- a. Fase analisis kebutuhan yaitu sebelum menciptakan senam kreasi psikomotor pada siswa sekolah dasar peneliti telah melakukan survei di Sekolah Dasar Negeri 76/IX Mendalo Darat. Setelah melakukan wawancara kepada siswa-siswa kelas I mereka sangat berantusias untuk bersenam bersama menggunakan lagu daerah apalagi menggunakan gerakan-gerakan senam yang asik. Ibu Nurmaidah, S.Pd salah satu guru olahraga di Sekolah Dasar Negeri 76/IX beliau juga mengatakan bahwa dimasa setelah pandemi ini sebagai guru olahraga juga membutuhkan referensi kreasi senam yang baru agar siswa sekolah dasar bersemangat melakukan senam bersama dan tidak merasa bosan, apalagi jika menggunakan gerakan yang seru dan musik yang asik yang tanpa sadar jika melakukan senam tersebut otomatis memicu motorik kasar pada siswa sekolah dasar agar terus bergerak, Ibu Nurmaidah juga mengatakan setuju menggunakan lagu bernuansa daerah, karena selain dapat memicu motorik kasar dapat juga memperkenalkan beberapalagu daerah kepada siswa sekolah dasar.
- b. Fase Desain Berdasarkan survei yang telah dilakukan peneliti akan menciptakan senam kreasi psikomotor berbudaya lagu daerah, yaitu lagu injit-injit semut dengan intensitas gerak 100% *low impact*, lagu siswa kambing saya dengan intensitas gerak *low impact* 100%, lagu rasa sayange dengan intensitas gerak 100% *low impact*, dan lagu naik-naik ke puncak gunung dengan intensitas gerak 100% *low impact*. Intensitas gerakan senam juga disesuaikan kebutuhan siswa sekolah dasar karena pada umumnya siswa sekolah dasar akan kesusah mengikuti gerakan senam jika gerakannya *high impact*.
- c. Fase Pengembangan dan Implementasi Setelah peneliti menciptakan gerakan senam kreasi psikomotor bernuansa lagu daerah selanjutnya akan di uji kelayakan kepada tim ahli materi untuk mendapatkan saran dan perbaikan, uji validasi ini dilakukan pada tiga ahli materi senam. Validasi ini dilakukan dua tahap di masing-masing ahli materi, setelah tim ahli materi setuju selanjutnya akan diuji cobakan pada siswa kelas I Sekolah Dasar Negeri 76/IX Mendalo Darat. Implementasi penelitian ini dilakukan di Sekolah Dasar Negeri 76/IX Mendalo Darat di dampingi langsung oleh guru olahraga, penerapan penelitian ini dilakukan pada siswa kelas 1 C dengan jumlah siswa 15 orang, yang menjadi peraga senam pada saat senam adalah peneliti sendiri dengan durasi senam kurang lebih 12 menit dari mulai pemanasan sampai pendinginan, pada saat melakukan senam siswa-siswa terlihat sangat antusias dan bersemangat melakukan gerakan senam apalagi dengan gerakan yang asik dan musik yang seru yang tanpa sadar dapat memicu psikomotor siswa sekolah dasar, setelah melakukan senam bersama saya melakukan wawancara kepada siswa kelas I C dapat disimpulkan bahwa produk kreasi senam psikomotor pada siswa sekolah dasar bernuansa lagu daerah gerakannya mudah diikuti, pemilihan lagu tepat sehingga senam disukai oleh siswa-siswa karena gerakan yang dilakukan asik sehingga siswa-siswa ingin melakukan senamnya lagi. Berdasarkan hasil wawancara kepada guru olahraga dapat disimpulkan bahwa produk kreasi senam psikomotor pada siswa

sekolah dasar bernuansa lagu daerah sangat baik untuk menambah kreativitas siswa-siswa, senam ini juga sangat baik dilakukan karena selain bisa memicu siswa untuk bergerak gembira sekaligus juga bisa mengenalkan lagu-lagu daerah yang menarik kepada siswa-siswa.

Hasil akhir dari kegiatan penelitian kreasi senam psikomotor pada siswa sekolah dasar bernuansa lagu daerah yang dilakssiswaan di Sekolah Dasar Negeri 76/IX Mendalo Darat melalui hasil wawancara yang dilakukan pada subjek uji coba dan guru olahraga.

Berdasarkan wawancara yang dilakukan kepada subjek uji coba dapat disimpulkan bahwa produk kreasi senam psikomotor pada siswa sekolah dasar bernuansa lagu daerah gerakannya mudah diikuti, pemilihan lagu tepat sehingga senam disukai oleh siswa-siswa karena gerakan yang dilakukan asik sehingga siswa-siswa ingin melakukan senamnya lagi. Berdasarkan hasil wawancara kepada ibu Nurmaida, S.Pd dapat disimpulkan bahwa produk kreasi senam psikomotor pada siswa sekolah dasar bernuansa lagu daerah sangat baik untuk menambah kreativitas siswa-siswa, senam ini juga sangat baik dilakukan karena selain bisa memicu siswa untuk bergerak gembira sekaligus juga bisa mengenalkan lagu-lagu daerah yang menarik kepada siswa-siswa.

Hasil penilaian dari validasi akhir produk kreasi senam psikomotor pada siswa sekolah dasar bernuansa lagu daerah menunjukkan kategori “Sangat Baik” untuk dilakukan pada siswa sekolah dasar. Hal ini dapat dilihat dari hasil penilaian ahli materi I tahap II 96% dengan kategori “Sangat Baik”, ahli materi II tahap II 90% dengan kategori “Sangat Baik”, ahli materi III tahap II 82% dengan kategori “ Sangat Baik”.

SIMPULAN

Hasil akhir dari kegiatan penelitian Kreasi Senam Psikomotor Pada Siswa Sekolah Dasar Bernuansa Lagu Daerah yang berdasarkan data dari validator ahli materi senam dan pada saat uji coba, berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan dalam skripsi ini, maka dapat disimpulkan bahwa produk kreasi senam psikomotor pada siswa sekolah dasar bernuansa lagu daerah ini dapat dan layak digunakan sebagai panduan senam yang dilakukan di sekolah dasar sebagai pemicu psikomotor siswa. Hal ini berdasarkan analisis data pada validator ahli materi senam dan uji coba pada siswa kelas I Sekolah Dasar Negeri 76/IX Mendalo Darat. Berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan maka produk Kreasi Senam Psikomotor Pada Siswa Sekolah Dasar Bernuansa Lagu Daerah ini telah memenuhi kriteria baik dan layak digunakan.

DAFTAR PUSTAKA

- Ahmad Susanto, *Perkembangan Siswa Usia Dini*, (Jakarta: Kencana, 2011).
- Aip Syaripudin, Dede Rustiawan. (2009). *Praktis Belajar Untuk SMA*. Depdiknas
- Arbor, M. M. (2018). *Pengembangan Media Pembelajaran Berbasis Video Animasi 3d Menggunakan Sketchup Untuk Mata Pelajaran Gambar Kontruksi Bangunan Kelas XI SMK/Muklas*. Arbor.repositori.um.ac.id.
- Asmawati, L. (2017). *Peningkatan Kreativitas Siswa Usia Dini Melalui Pembelajaran Terpadu Berbasis Kecerdasan Jamak*. Unja , 145-164.
- Barbara B Seels, Rita C Richey, *Teknologi Pembelajaran: Defininsi dan Kawasannya* (Jakarta: IPTPI, 1994).
- Barlian, E. (2013). *Sosiologi Olahraga*. Sukabina Press: Padang.

- Borg, W. R. & Gall, M.D. (2013). Educational research: An introduction edition. New York:Longman.
- Dasar, S., Ekawarna, E., Rahayu, F. D., & Yuliawan, E. (2021). Upaya Meningkatkan Hasil Belajar Smash Bola Voli Siswa Kelas X SMK Negeri 5 Tanjab Barat Melalui Pendekatan Gaya Mengajar Latihan Power Tungkai Dengan Menggunakan Modifikasi Bola Gantung. *Jurnal Prestasi*, 5(2), 44-51.
- Depdiknas. 2007. Pedoman Pembelajaran Bidang Pengembangan Pembiasaan di Taman Ksiswa-ksiswa. Jakarta: Depdiknas.
- Festiana, Ike. (2011). Meningkatkan kemampuan berpikir kritis dan hasil belajar siswa melalui pembelajaran berorientasi pada kemampuan generik sains.UNILA. Bandar Lampung.
- Fetriananingtiyas, M. D. (2017). Pengaruh Metode Senam Irama Terhadap Motorik Kasir Siswa Usia 5-6 Tahun I Kb Fatmatuz Zahra Desa Pesayang Kecamatan Talang Kabupaten Tegal. *Skripsi Universitas Negeri Semarang* , 9-28.
- Frank, V.O., Peter, M., (2016). Functional connectivity between the cerebrum and cerebellum in social cognition: A multi-study analysis. *Journal Homepage eslevier*. DOI.org/10.1016/j.neuroimage.2015.09.001.
- Heryanti, V. (2014). Meningkatkan Perkembangan Kognitif Siswa Melalui Permainan Tradisional (Congklak), Universitas Bengkulu: Artikel Vol. 2, No. 1.
- Irawan, A. P. (2015). Pengembangan Media Pembelajaran Interaktif Berbasis Web Menggunakan Metode Hannafin Dan Peck. *Jurnal Positif* , 14-28.
- Irfah, S. D. (2019). Kreasi Senam Ceria Pada Taman Ksiswa-Ksiswa Meningkatkan Keterampilan Motorik Kasar Siswa Usia Dini Berbasis Gerak Dan Lagu. *Iain Palopo* , 70-78.
- Isasli, S. N. (2020). Pengaruh Pelaksanaan Penilaian Unjuk Kerja Terhadap Kemampuan Psikomotorik Siswa Pada Mata Pelajaran Pai Di Sma N 2 Teluk Kuantan. 315-322.
- Istiqomah, Y. (2021). Meningkatkan Perkembangan Motorik Kasar Siswa Usia Dini Melalui Senam Kreasi Pada Kelompok B Taman Ksiswa-Ksiswa Darul Ulum Desa Mandiangin Tuo Kecamatan Mandiangin Kabupaten Sarolangun. *Iain Jambi* , 7-30.
- Jawati, R. (2013). Peningkatan Kemampuan Kognitif Siswa Melalui Permainan Ludo Geometri Di Paud Habibul Umami II, (Universitas Negeri Padang: Artikel Vol. I, No.1.
- Kadek Urip Kurniawan, D. P. (2016). Pengembangan Multimedia Ular Tangga Model Hannafin Dan Peck Untuk Meningkatkan Hasil Belajar Mata Pelajaran Ipa Pada Siswa Kelas VII Semester Genap Di SMP Negeri 6 Singaraja Tahun Pelajaran 2015/2016. *e-Journal Edutech Universitas Pendidikan Ganesha*.
- Kurniawan, K. U. (2016). Pengembangan Multimedia Ular Tangga Model Hannafin Dan Peck Untuk Meningkatkan Hasil Belajar Mata Pelajaran Ipa Pada Siswa Kelas Viii Semester Genap Si Smp Negeri 6 Singaraja Tahun Pelajaran 2015/2016. *Universitas Pendidikan Ganesha* .
- Mardhiyana, D., Sejati, E. (2016). Mengembangkan Kemampuan Berpikir Kreatif dan Rasa Ingin Tahu Melalui Model Pembelajaran Berbasis Masalah.Prosiding Seminar Nasional Matematika.Universitas Negeri Yogyakarta.
- Marsella, D. (2019). Peningkatan Perkembangan Motorik Kasar Siswa Usia5-6 Tahun Melalui Senam Irama di Paud Anugrah Asiyiyah Kota Bengkulu.

- Meylisa, I., Soekamto, H., Soelistijo, D. (2013). Pengaruh Penerapan Model Pembelajaran Group Investigation terhadap Kemampuan Berpikir Kritis Siswa Kelas X di SMA Negeri 1 Tugu Kabupaten Trenggalek. *Jurnal Pendidikan Geografi Universitas Negeri Malang*. Vol 2.
- Michel J. Hannafin dan Kyle L. Peck. (1988). *The Design, Development, and Evaluation of Instructional Software*. New York: Macmillan Publishing Company.
- Muhajir. (2006). *Pendidikan Jasmani Teori dan Peraktik 1*. Jakarta: Erlangga.
- Mulyono Abdurrahman. (2012). *Siswa Berkesulitan Belajar*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Nugraha, U., & Yuliawan, E. (2021). Meningkatkan hasil belajar passing atas bola voli melalui pendekatan gaya mengajar latihan dengan menggunakan audio visual. *Altius: Jurnal Ilmu Olahraga dan Kesehatan*, 10(2), 231-242.
- Putra, B. J. (2014). *Perbandingan Persepsi Siswa Terhadap Lagu Daerah Dan Lagu Pop Di Smp Negeri 1 Muntilan*. Skripsi Universitas Negeri Yogyakarta .
- Rasyono, A. W. (2018). *Senam Dasar Pengantar, Teori, dan Jenis Senam Lantai*. Jambi: Salim Media Indonesia (Anggota IKAPI).
- Ratna.S. (2010). Otak, Musik, Dan Proses Belajar. *Buletin Psikologi. Fakultas Psikologi Universitas Gadjah Mada*. Volume 18, NO. 2, 2010: 58-68. ISSN: 0854-7108.
- Richey, C Rita and Klien, D James. (2007). *Design and Development Research Methods, Strategies and Issues*, Lawrence erbiun Associates. Inc.
- Rohendi, A., Suwandar, E. (2017). *Belajar Gerak: Berbasis Otot Inti*. Alfabeta: Bandung.
- Rusli Lutan. (2000). "Strategi Belajar Mengajar Penjaskes". Yogyakarta: Depdiknas.
- Sari, D. N. (2011). Meningkatkan Kemampuan Gerak Dasar Dan Kognitif Siswa Melalui Senam Kreasi. *jurnal.upi.edu*, 46-52.
- Setyowati.A, Mosik.Subali.B. (2011). Implementasi Pendekatan Konflik Kognitif Dalam Pembelajaran Fisika Untuk Menumbuhkan Kemampuan Berpikir Kritis Siswa SMP Kelas VIII. *Jurnal Pendidikan Fisika Indonesia* 7. ISSN: 1693-1246. 89-96.
- Sugiyono. (2021). *Metode Penelitian Pendidikan*. Alfabeta: Bandung.
- Sukanti, Endang Rini. 2007. *Perkembangan Motorik*. Yogyakarta: UNY
- Sukmadinata, N.S. 2011. *Metode Penelitian Pendidikan*. Bandung: Remaja Rosadakarya
- Suparman. (2012). *Sejarah pendidikan*. Yogyakarta: Penerbit Ombak.
- Yuliawan, E. (2015). *PENGEMBANGAN MODEL PEMBELAJARAN LOMPAT JAUH PADA SISWA SEKOLAH DASAR*. *Cerdas Sifa Pendidikan*, 4(1).